

# 平成25年度 活動の記録

2013年4月～2014年3月

## コミュニティカフェ (全21回)

4/ 9 ... 玄米ダンベル体操  
4/23 ... ギターとハーモニカ  
5/14 ... 絵手紙  
5/28 ... 玄米ダンベル体操  
6/11 ... ナンダコリヤ丸船長 漫談  
6/25 ... オリジナルうちわ作り  
7/ 9 ... 民話語り  
7/23 ... セルフマッサージ  
9/10 ... 健康体操  
9/28 ... 秋まつり  
10/ 8 ... 玄米ダンベル体操  
10/22 ... 絵手紙  
11/12 ... 折り紙で傘作り  
11/26 ... セルフマッサージ  
12/ 5 ... クリスマス小物作り  
12/17 ... クリスマスパティー  
1/28 ... 絵手紙  
2/18 ... お雛様飾り作り  
2/ 4 ... らくらく体操  
3/ 4 ... ハーモニカ合奏  
3/18 ... 笑い学会  
参加者 合計 383人(秋祭りは除く)

## 各教室

・パソコン教室 (毎週火曜日)  
開催回数 ... 22回  
参加人数 ... 57名  
・卓球教室 (毎週土曜日)  
開催回数 ... 17回  
参加人数 ... 80名  
・朗読グループ (毎月第1・2金曜日)  
開催回数 ... 22回  
参加人数 ... 103名  
・手作り教室 (毎月1回開催)  
開催回数 ... 7回  
参加人数 ... 35名  
・ヨガ教室 (毎週金曜日開催)  
開催回数 ... 20回  
・産後リカバリーヨガ  
開催回数 ... 2回  
参加人数 ... 6名

## その他

・布ぞうり作り(5/30)  
・ブックハント(8/5, 3/15)  
・秋まつり(9/28)  
・トライサイエンス  
(12/5, 3/6)  
・イルミネーション点灯  
(12/15～31)  
・お歳暮プロジェクト  
・健康の集い  
認知症をみんなで理解しよう  
(3/8)  
・絵本カバーで作る  
カバーバッグ講座(3/15)  
・東松島 ICT講習(全10回)

## こども図書室 (開放日数 41日)

利用者数 ... こども 323人  
おとな 90人  
合計 413人  
貸出冊数 ... 164冊

## わたしじかん (全5回)

9/30 ... ヨガを楽しむ  
10/28 ... アロマを楽しむ  
11/28 ... キレイになるストレッチ  
12/19 ... 和みのキャンドル作り  
3/13 ... 足もみ de ハッピーセルフケア  
参加者合計 61人

## 受講した 各種研修

・ブクトーク講座  
(10/8, 11/6)  
・NPO5+1講座  
(10/24, 25, 1/16)  
・コモンセンス・ペアレンティング  
(1/31, 2/14, 3/20)